



Fruits exotiques

En Afrique, en Asie, en Amérique sont cultivés de beaux et bons fruits qu'on appelle exotiques quand ils arrivent dans nos assiettes.



La banane, qui est le troisième fruit le plus consommé en France, n'a plus rien d'exotique pour nous. Pourtant elle vient de loin : du Cameroun, de la Côte d'Ivoire, des Antilles... En revanche, ses cousines la plantain et la rose sont peu connues chez nous. Dans leur pays d'origine on les déguste bouillies ou frites, comme nos pommes de terre.

Parmi les fruits exotiques les plus consommés, la mangue occupe la vedette. Quelques spécialistes lui prédisent même un avenir aussi prometteur que celui de l'avocat. Sa richesse en carotène (vitamine A) lui donne un atout de plus pour trôner dans nos coupes de fruits. L'Inde, le plus grand producteur de mangues, en cultive plus de 1 000 variétés. Difficile de s'en lasser !